

مقاطعة سان دييغو توجيهات للاحتفال بعيد الشكر أثناء جائحة كوفيد-19

من أجل الحد من انتشار مرض كوفيد-19 وضمان بقاء الأسر آمنة خلال عطلة عيد الشكر لعام 2020، تقدم مقاطعة سان دييغو الإرشاد من أجل الأنشطة الأكثر شيوعًا:

أنشطة عيد الشكر

أمور يُنصح بها

- إقامة فعاليات عن بعد مع العائلة والأصدقاء، مثل تناول عشاء عيد شكر افتراضي، أو مشاركة الوصفات، أو سباق رقصه الديك الرومي (Turkey Trot) الافتراضية، أو لعب إحدى الألعاب عبر الإنترنت.
- مشاهدة الفعاليات المتلفزة أو فعاليات البث المباشر في المنزل مع أفراد من أسرتك.
- زيارة البساتين في الهواء الطلق، وأسواق الطعام، ومعارض الحرف الموسمية، حيث يتم اتباع [توجيهات الولاية](#) ويستخدم الناس معقم اليدين ويرتدون أغطية الوجه والإبقاء على مسافة 6 أقدام من بعضهم البعض.
- الحصول على لقاح الإنفلونزا الخاص بك من أجل حماية نفسك وتقليل إمكانية حدوث مضاعفات من الإنفلونزا أو فيروسات كوفيد-19.

أمور لا يُنصح بها

- حسب [اعتبارات السفر الخاصة بمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها \(CDC\)](#)، وجد أن السفر يزيد من فرصة الإصابة بمرض كوفيد-19 وانتشاره. البقاء في المنزل هو أفضل طريقة لتقليل تعرضك وتعرض آخرين للمخاطر.
- حضور فعاليات الرياضة شخصيًا، والمسيرات، والأفلام، حيث يوجد أكثر من 3 أسر.
- حضور فعاليات الجمعة السوداء شخصيًا أو فعاليات التسوق حيث قد تكون هناك تجمعات كبيرة للأفراد.

أمور غير مسموح بها

- حسب [توجيهات وزارة الصحة العامة لولاية كاليفورنيا \(CDPH\)](#)، لا يُسمح بفعاليات أو حفلات الحضور الشخصي مع ما يزيد عن 3 أسر، حتى إذا كان يتم إجراؤها في الهواء الطلق. تذكر أن التجمعات الأصغر والأقصر تكون أكثر أمانًا.
- لا يُسمح بإجراء الكرنفالات والمهرجانات والفعاليات الترفيهية الحية لأن التفاعلات عن قرب تزيد من خطر الإصابة بالعدوى.
- سباق رقصه الديك الرومي (Turkey Trots) بالحضور الشخصي أو الفعاليات المشابهة غير مسموح بها حيث إنها تتطلب مشتركين من أجل المشي أو الجري في نطاق متقارب، و من الصعب الإبقاء على مسافة التباعد الجسدي.

بدائل أكثر أمانًا

- يمكن أن تكون العديد من أنشطة عيد الشكر التقليدية ذات نسبة خطورة عالية لنشر الفيروسات. توجد طرق بديلة، أكثر أمانًا من أجل الاحتفال وتشمل التالي:
- النظر في الاتصالات الافتراضية عبر مكالمات الفيديو أو مشاركات الفيديو، مثل إرسال عشاء عيد شكر معد مسبقًا أو مكونات عبر خدمات توصيل الطعام عن طريق الإنترنت وتناوله سويًا بشكل افتراضي.
- التسوق عبر الإنترنت بدلًا من الذهاب شخصيًا من أجل صفقات الجمعة السوداء.
- التبرع بالطعام للجمعيات الخيرية لدى المخازن المتنقلة بفعاليات المرور بالسيارات (درايف ثرو)، أو عبر منفذ لجمع الأموال لبنك الطعام عبر الإنترنت.
- الاحتفال [بالجمعة الخضراء](#) من خلال زيارة أحد المتنزهات المحلية أو إحدى المحميات لأنشطة الأسرة والأصدقاء.
- قم بزيارة مواقع عمليات "اقطف منتوجات المزارع بنفسك" التي تتبع توجيهات [إدارة كاليفورنيا للأغذية والزراعة](#).

إجراءات الحماية الشخصية

كيفما كانت طريقة احتفالك، يرجى الاستمرار في اتباع [مقاطعة سان دييغو للصحة العامة](#)، و [توجيهات وزارة الصحة العامة لولاية كاليفورنيا CDPH الخاصة بالعطلة](#)، و [توجيهات وزارة الصحة العامة لولاية كاليفورنيا ووقاية منها CDC](#) فيما يتعلق بعيد الشكر. للحفاظ على سلامتك خلال موسم عطلة عيد الشكر لعام 2020، يرجى تذكر:

- غسل أو تعقيم يديك غالبًا، والتنظيف المتكرر للأغراض التي يتم لمسها بشكل منتظم.
- تجنب الاتصال الوثيق – البقاء على بعد 6 أقدام على الأقل من الأشخاص الذين ليسوا من ضمن أفراد أسرتك.
- تجنب المساحات في الأماكن المغلقة التي لا تسمح بسهولة التباعد لمسافة لا تقل عن 6 أقدام بينك وبين الآخرين واتباع [توجيهات الولاية](#) بخصوص التجمعات الخاصة في الهواء الطلق لما يصل إلى 3 أسر.
- ارتداء [غطاء مناسب للوجه](#) بشكل صحيح فوق فمك وأنفك عندما تكون خارج منزلك وعند تواجدك بجانب آخرين ليسوا من ضمن أفراد أسرتك.
- ملازمة المنزل والبقاء بعيدًا عن الآخرين حال كنت مريضًا، أو ظهرت عليك أحد أعراض مرض كوفيد-19، أو كنت على تواصل مع أحد الأشخاص المصابين بمرض كوفيد-19 أو الذين ظهرت عليهم أعراض الإصابة به.
- اتباع التوجيهات حال تلقيت توصية [بالعزل](#) أو [الحجر الصحي](#).



تم التحديث في 18 نوفمبر 2020

في حالة وجود أسئلة، يرجى الاتصال عبر SafeReopeningComplianceTeam@sdcounty.ca.gov.

www.coronavirus-sd.com

